**Jak radzić sobie z wysoką temperaturą w pomieszczeniach ?**

**W lecie uciążliwym problem staje się wysoka temperatura w pomieszczeniach. Odpowiednia izolacja ścian i dachu, zadbanie o klimatyzację oraz dobrą wentylację zapobiegnie nadmiernemu nagrzewaniu się pomieszczeń. Rozwiązania te złagodzą skutki letnich upałów zapewniając odpowiedni komfort mieszkańcom budynków.**

**Izolacja ścian i dachu**

Nadmierne nagrzewanie się pomieszczeń często jest skutkiem złej izolacji ścian oraz dachu. Najprostszym sposobem zapewnienia właściwej termoizolacji jest ocieplenie stropu. Na strychu można ułożyć płyty lub maty wełny mineralnej. W przypadku poddaszy mieszkalnych, należy ocieplić połać dachową.

Do ocieplenia ścian można wykorzystać wełnę mineralną, płyty styropianowe lub piankę poliuretanową.

Odpowiednia izolacja poprawia komfort cieplny budynku i sprawia, że wnętrza wolniej się nagrzewają.

**Wentylacja**

W czasie upałów należy zadbać o wietrzenie pomieszczeń. Częstym błędem jest jednak otwieranie okien na cały dzień. Specjaliści radzą, aby wybierać wczesne poranki i wieczory, kiedy powietrze jest nieco chłodniejsze.

Naturalną wentylację warto wspomóc. W idealnej sytuacji są właściciele domów z zamontowaną wentylacją mechaniczną. W skutecznej walce z upałami pomocny okaże się także wentylator elektryczny. Wydajność urządzenia jest uzależniona od jego mocy oraz średnicy śmigieł. Warto zwrócić uwagę na możliwość regulowania obrotu tarcz oraz ustawiania stopnia chłodzenia.

W niewielkich pomieszczeniach duży wentylator może być kłopotliwy. Producenci, w takich przypadkach, polecają wentylatory kolumnowe.

**Klimatyzacja**

Klimatyzacja stanowi jeden z najskuteczniejszych sposobów walki z upałami. Klimatyzator należy dobrać do wielkości pomieszczenia, poziomu nasłonecznienia oraz liczby okien.

Doraźnym rozwiązaniem są klimatyzatory przenośne. Zajmują one niewiele miejsca i są mobilne. Ich wadą jest to, że wymagają dopływu powietrza z zewnątrz. Klimatyzatory stałe niwelują ten problem. Takie urządzenia montuje sie najczęściej w kanale wentylacyjnym lub podwieszanym suficie. W domach jednorodzinnych dobrze sprawdzają się jednostki typu split – klimatyzator we wnętrzu jest podłączony do jednostki na zewnętrz budynku.

**A co z roletami?**

Kolejnym sposobem walki z nadmierną temperaturą jest zamontowanie rolet zewnętrznych, którą chronią szyby przed nagrzewaniem się. Często można spotkać się także ze stwierdzeniem, że w upały ulgę przynoszą zasłony i rolety wewnętrzne z grubej, ciemnej tkaniny.

Korzystny wpływ osłon okiennych na obniżenie temperatury w pomieszczeniach, potwierdza właściciel [sklepu z roletami „OLMARK”](https://wystroj-okien.pl/) – Marcin Olbrycht: - *„Oczywiście, że rolety mogą przynieść pewną ulgę w walce z nagrzewaniem pomieszczeń. Moi klienci wspominają o udanych próbach obniżenia temperatury po zastosowaniu odpowiednich rolet nawet o kilka stopni Celsjusza. Warto jednak pamiętać, że czasem taki sukces jest wynikiem kilku czynników takich jak odpowiednia wentylacja, ułożenie pomieszczenia względem słońca i odpowiedniej przesłony okiennej. Świadome korzystanie z tej wiedzy pomaga osiągnąć lepsze rezultaty”* – objaśnia.

**Marcin Olbrycht - Olmark**

tel. 603 404 650

sklep@wystroj-okien.pl

[www.wystroj-okien.pl](https://wystroj-okien.pl/)